قبـل أن تنـــام



أحمد الكيلانـى



إهداء إلى :

شهداء سقطوا فى ثورة 25 يناير ولم نسمع عنهم...

تقـــديـــــــم

مُحبى الكتب مثل مُحبى الأفلام ، لذا فأنت تجد من يَعشق الروايات الرومانسية ومن يُحب القصص الاجتماعية و آخر يهوى قِصص الغموض ومن يستمتع بالروايات البوليسية ، لكن تظل الكتب التى تحتوى على حكم وأقوال لمشاهير هى الكتب التى لا يختلف عليها احد ، وأنا هنا فى هذا الكتاب لا أقدم أقوال لمشاهير على وجه الخصوص، بل هى مُجرد خواطر فى صورة جُمل مُختصرة سَجلتها من واقع مُشاهداتى أو قِراءاتى ، لذا أرجوك أن لا تأخذ هذا الكتاب على مَحمل الجِدية فأنت شخص من اثنين :

اما أن تكون مُحترف قِراءة ، لذا اِعتبر أن هذا الكتاب يُمثل هُدنة لك وسط بحر الأفكار و الشخصيات التى قرأتها واما أن تكون مُبتدأ قراءة فلعل هذا الكتاب وسيلة لتُحببك فى القراءة .

جاءت فكرة هذا الكتاب من إعجابى الشديد بُكتب من نوعية قِصاصات قابلة للحرق و تويتات من العصور الوسطى لأحمد خالد توفيق ورمل وزبد لجبران خليل جبران وإرشادات الحياة القصيرة لجاكسون براون وغيرهم من الكُتب التى لا أريد ان أقول انها تحتوى على خلاصة فكر أصحابها ولكنها تَحوى آرائهم تجاه أشياء مُعينة فى مرحلة عُمرية مُعينة ، وأنا مِثلك يا صديقى أحيانا أركب الميكروباص أو المشروع كما نُسميه هُنا فى الإسكندرية أو أسير فى الشارع أو اتعامل مع زميل عمل أو جار وتأتى فى ذهنى خاطرة ما..كلنا نفعل ذلك ، الا انى قلت لنفسى لماذا لا أُسجل تلك المُلاحظات أو الأفكار فى ورق وبالفعل قمت بذلك حتى تَكونت لدىّ عشرات الجُمل التى أردت أن أُشركك فيها لعلك تجد فيها مَنفعة ما

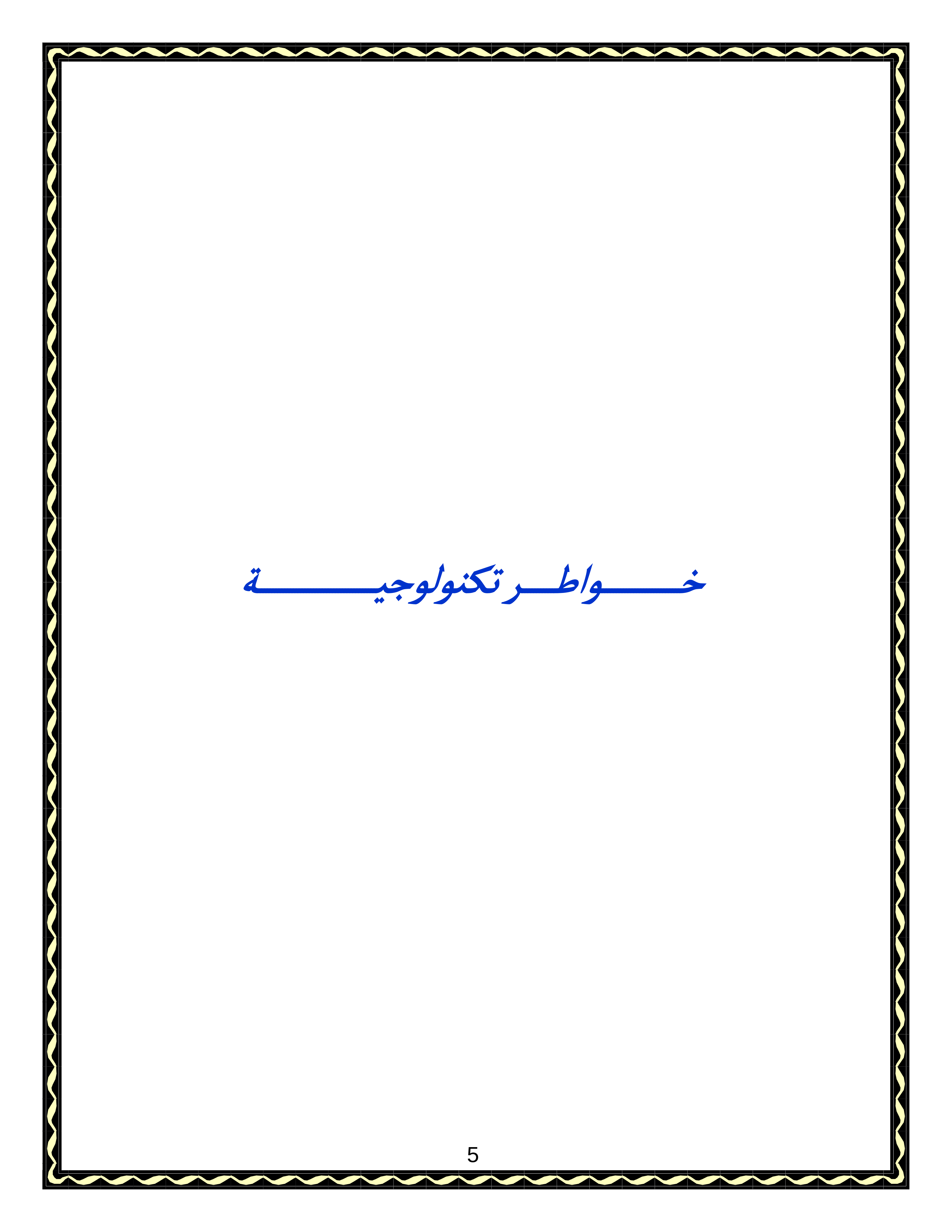
أو على الأقل ابتسامة خفيفة وأنا أدعوك أن تقوم بنفس الفِعل ، ليس بالضرورة لكى تَنشرها فى كتاب بل على الأقل كى تنظر لنفسك فى نهاية كل عام من عمرك وتعرف كيف كُنت تفكر ، لماذا لا تفعل ذلك على مدار سنوات عمرك وتُهديها لأولادك أو أحفادك عندما يكبروا ، تخيل أن يقرأوا ما كتبته أنت منذ عشر أو عشرون عاما أو حتى بعد مَماتك... صَدقنى الموضوع يستحق التجربة، لا أريد أن أبالغ وأقول أن تلك النوعية هى فرض عين على كل شخص يقرأ ولكن هذا هو ما اعتقده ، كل ما تحتاجه هو المُلاحظة و التدوين فقط لا غير ، لا يطلب منك أحد أن تكتب آراء عبقرية أو حَكيمة ، فقط اكتب ما تعتقده أو تراه من وِجهة نَظرك ، ولا تندهش إذا غيرت وِجهة نَظرك بعد سنتين أو خمس أو عشر سنوات ، فأنت إذا لم تتغير فهذا معناه أنك لم تفعل شىء ذو قِيمة...فقط شاهد وسجل قبل أن تنام .

أما عن فكرة نشر الكتاب إليكترونيا بديلا عن النشر الورقى وذلك لأنى أريدك أن تقرأ و أنا برغم عشقى للكتاب الورقى الا أنى وضعت نفسى مكانك ، فوجدت أن محتوى هذا الكتاب وصِغر حجمه يجعله مُناسب أكثر للقراءة على الكمبيوتر أو التابلت أو حتى الموبايل...

فى النهاية هذا الكتاب لمُتعتك الشَخصية فاعطينى فُرصتى لتحقيق هذا المطلب...

أحمد الكيلانى - ديسمبر 2014

Facebook.com/ELkelany



خـــــواطـــر تكنولوجيـــــــــــة

- الفَرق بين مُستخدم الفيسبوك ومُستخدم مواقع آخرى مثل انستجرام وتويتر هو الفرق بمن يُعجب بالمرأة ككُل ومن يُعجب بوجهها أو كلامها فقط

- من اسوء نتائج تطور الموبايلات هو اختفاء التليفون الفليب (الذى يُفتح لأعلى)...اعتقد أن التليفونات المحمولة صُممت أصلا لتكون على هذا الشكل الجميل

- من يستخدمون الايفون IPhone هم أكثر ناس يعرفون مدى غباؤه ولكنهم يرفضون تغييره مثل المُدخن الذى يُحدثك ساعة عن أضرار التدخين ولكنه فى النهاية يُخبرك بيأس : بس مش قادر أبّطل !!

- أفهم قيمة جهاز الـ GPS فى الدول المتقدمة ، لكننا فى مصر يُمكننا استبدال مثل هذا الجهاز الغالى الثمن بجهاز أكثر واقعية لشعبنا المصرى مثل عامود يتم تثبيته فوق سقف السيارة يتحرك افقيا ورأسيا مع وضع كاميرا فيديو أعلاه تُمكن السائق من معرفة سبب عدم تحرك السيارات فى طريق مزدحم او اقترابه من لجنة او كمين .

- لماذا لا يتم اختراع جهاز يَستشعر مكان الرادار قبل الوصول إليه بمسافة كافية ، اعتقد أن مثل هذا الجهاز سيُباع بطريقة هيستيرية خصوصا فى أوساط سائقى الميكروباص

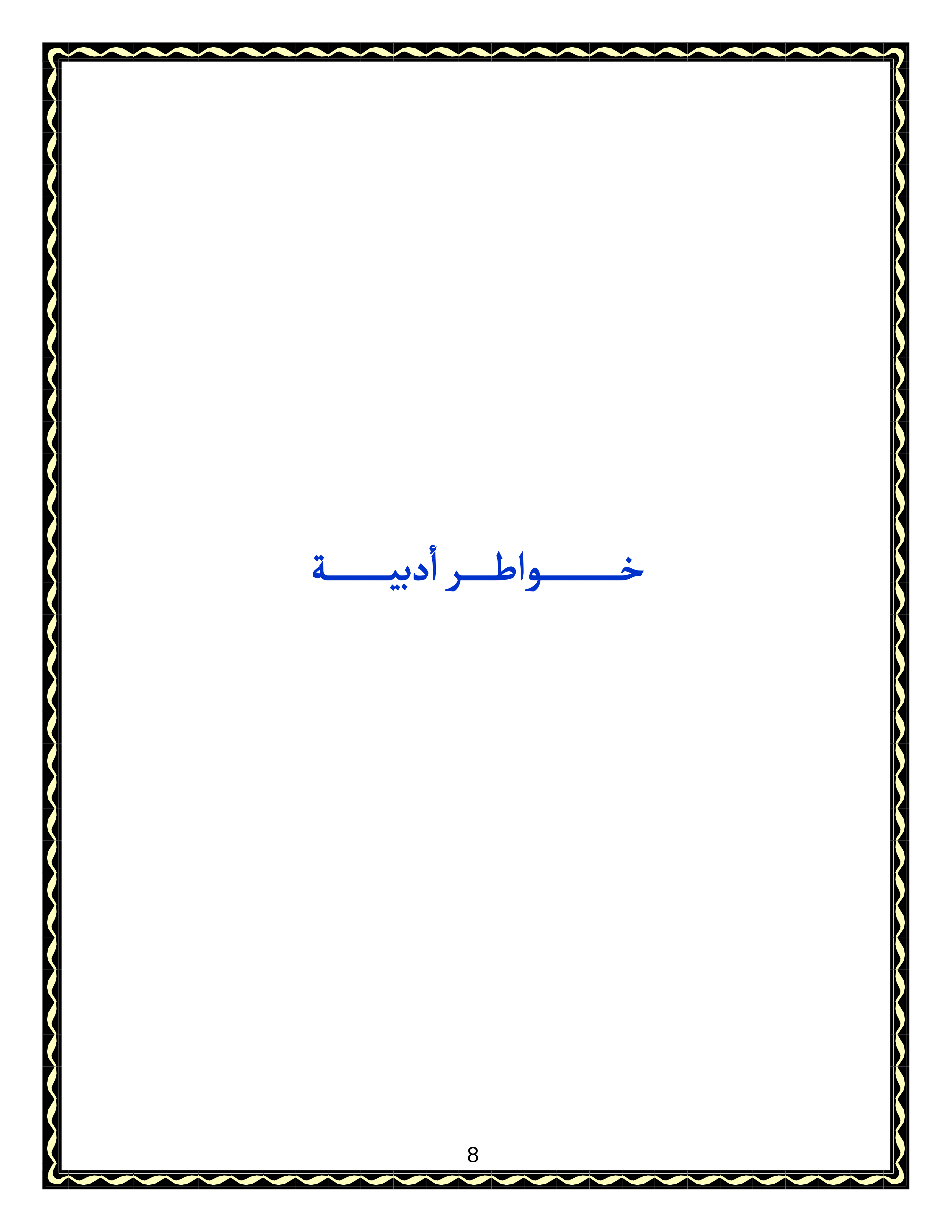
- من أغبى الأشياء التى تم اختراعها هى الفلوبى ديسك الذى كانت وظيفته الوحيدة هى حرق قلبك على ما قمت بنسخه عليه وأكبر دليل على تفاهته أن الأغانى انتقلت من عصر شرائط الكاسيت للأسطوانات بدون المرور عليه

- اعتقد أن حل حيرة مُصممى المُوبايلات فى اختيار حجم الموبايل المِثالى هو أن يقوموا بِصُنع موبايل صغير ذا شاشة هولوجرامية مثل البروجيكتور يتم تحديد حجمها بُناء على رغبة العميل

- لماذا لم يفكر أحد مُصممى الهواتف المحمولة لحل مُشكلة البطارية التى تنتهى سريعا فى التليفونات الذكية هو أن يتم وضع خلايا طاقة شَمسية أعلاها...لو كان هذا الحل غير قابل للتنفيذ فلماذا لا يُخبرنا أحد بذلك كى نتوقف عن هذا التساؤل ؟!

- اقترح إنشاء متحف للهواتف المحمولة التى انتهى وقتها ولكن كان لها أكبر أثر فى حياة الشعوب مثل الـ 3310 الصلب و الـ 6600 المعجزة و الـ 6630 الشيك مع تعريف بإمكانيات الهاتف الضخمة وقت صناعته و المواقف الطريفة التى صادفت صانعيه...فقط يتم تنفيذ هذه الفكرة بعد عشر سنوات على الأقل لضمان وجود زائرين

- اقترح للتقليل من حوادث السيارات الناتجة عن اقتراب زائد من سيارة لأخرى أو سرحان السائق اثناء تحرك السيارات ببطء فى الاشارات ، أن يتم تركيب مغناطيس ذا قطب موجب فى المُقدمة و سالب فى المؤخرة لجميع السيارات ، لذا عند الاقتراب الزائد تعمل الاقطاب المتعاكسة كفرامل طبيعية .



خـــــواطـــر أدبيـــــة

- افضل الكتب هى الكتب التى تتحدث عن الكتب وافضل الأفلام هى التى تتحدث عن الأفلام

- اعتقد أن زمن الفيلم المثالى هو ساعة ونصف و عدد صفحات الرواية لا يجب أن تزيد عن 300 صفحة

- هناك مُتلازمات لا فِكاك منها ، فمن يُحب الأدب سيعشق السينما و من يُحب دراسة اللغات يتمنى السفر

- سيظل المثقفون هم بوصلة الشعوب دائما بشرط الا يتواجد بالقرب منهم مغناطيس صُنع فى البنك المركزى

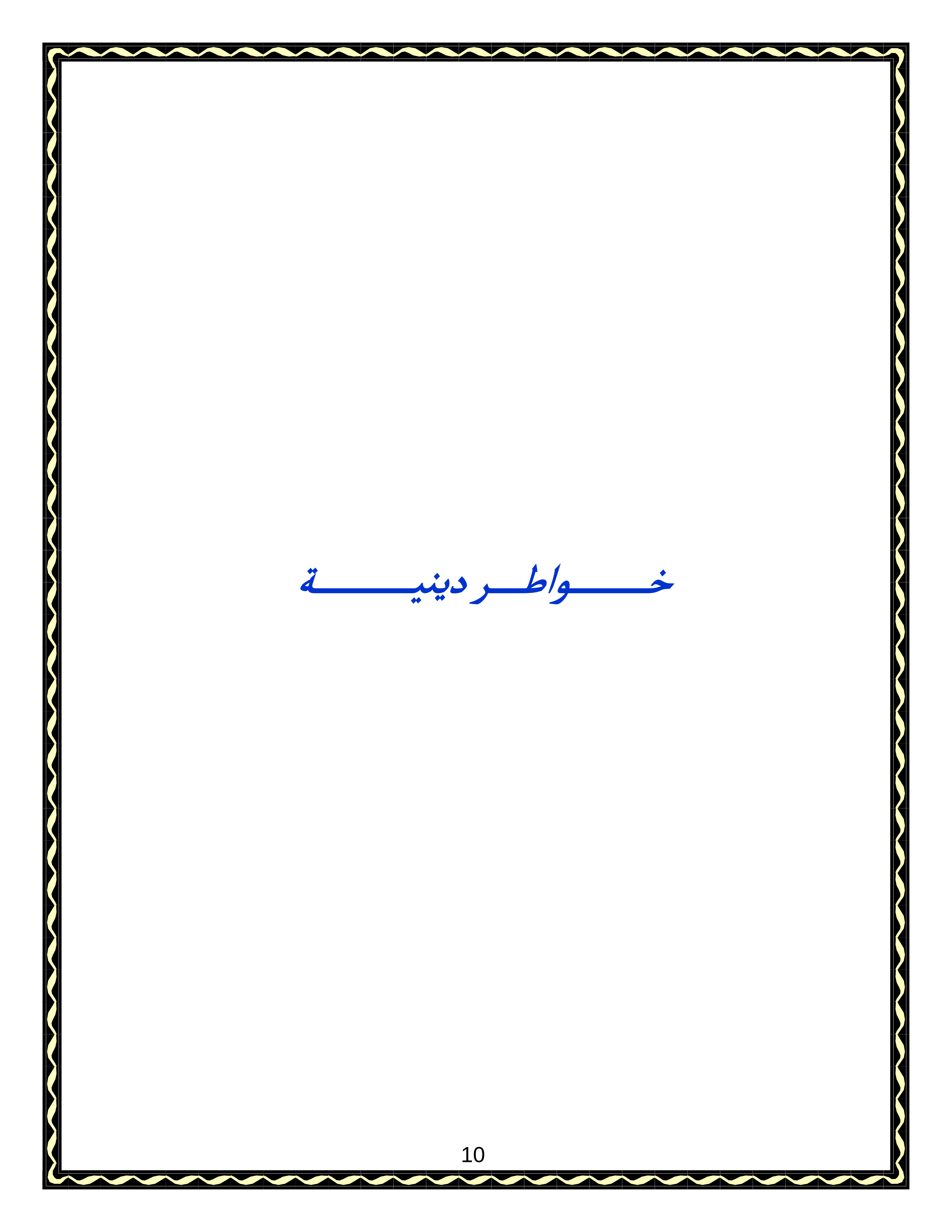
- اعتقد أن سبب فشل أغلبية النساء فى الكتابة هو سبب بيولوجى بحت ، فكروموسومات المرأة تحتوى على XX بينما كروموسومات الرجل XY ، لذا فالمرأة لا تستطيع سوى التعبير عن مشاعرها هى فقط ، بينما الرجل يستطيع التعبير عن مشاعره و مشاعر المرأة

- بداخل كل قارىء جيد يوجد كاتب ممتاز ينتظر قُبلة الحياة من قلم

- كلما سمعت عن خبر منع فيلم او كليب أو كتاب...أعرف أنه سيُحقق أعلى نسبة إقبال ، ولكن الأغبياء لا يتعلمون

- لا إبداع بلا استقرار ، ربما لهذا لم نسمع عن أدباء من كينيا أو فنانون أوغنديين

- ليس (التعليم) فى الخارج هو ما يجعل منك شخصا مُتميزا ، ولكن (التعلم) الجيد هو الذى يجعلك كذلك



خـــــواطـــر دينيـــــــــة

- أتمنى ان ينتشر العمل بسُنة الرسول عليه الصلاة و السلام كما انتشرت الدعوة للصلاة عليه فى كل مكان

- من أغرب الأدعية التى تُقال خاصة أثناء صلاة التراويح دُعاء " اللهم اضرب الظالمين بالظالمين و اخرجِنا منهم سالمين "...طيب و الباشا مش ناوى يعمل حاجة ؟!

- دُعاء آخر غريب هو " اللهم عليك باليهود و الأمريكان "..طيب حضرتك ما فيه يهود طيبين ومش مُعترفين باسرائيل وفيه أمريكان مُسلمين ولا اية ؟!

- من أكثر الجمل التى تُضحكنى وتُغيظنى فى نفس الوقت جملة " أصل احنا شعب متدين بطبعه "...فأكبر دليل على نقاء سريرتنا اننا رقم 2 فى التحرش بعد افغانستان واكثر كلمة تم البحث عنها فى جوجل فى مصر هى كلمة جنس !!

- اعتقد أن اغبى الناس على الاطلاق هم المُلحدين ، فعندما تَنسب كل شىء صغير أو كبير لشخص ما ثم تأتى لأشياء مثل الشمس و القمر و النجوم وتفتح فمك فى بلاهة بلا رد أو تقول فى عصبية الطبيعة...الطبيعة...فأنت أحمق بصفة رسمية

- لا أعلم من الذى أفتى بأنه بعد قراءة الفاتحة يجب قِراءة (سُورة قصيرة) ، الأصح طبقا لكلام مُعظم العُلماء هو قراءة (ما تَيسر من القرآن)

- كلما زاد صِراخ الإمام فى خُطبة الجمعة ، زاد انفصال الناس عن الخُطبة

- اعتقد أن أفضل الناس حظا فى الموت بعد الشُهداء هم الذين يُـصابون بمرض خطير يَقـضى علـيهم فـى بـطء مما يُعطـيهم فُرصـة للتوبـة عمـا فعلوه

- برغم أن اسمها حـلاوة المولـد نِـسبة للمولـد النبـوى الـشريف الا انـك تجدها فى آخر رجب و مُنتصف شـعبان و رأس الـسنة الهجريـة...اعتقـد انها مازالت تحمل اسم (المولد) فقط لإضـفاء الـشرعية علـى وجودهـا فى كل تلك المُناسبات

- لماذا لا يَجذب خطيب الجامع يوم الجمعة النـاس بوسـائل أكثـر عَمليـة مثل أن يقترح كتاب للقـراءة أو برنـامج جـذاب لا يُـشترط أن يكـون دينيـا ، من الممكـن أن تكـون روايـة هادفـة أو قـصص واقعيـة...اعتقـد أن هـذه الفكرة كَفيلة بـأن تجعـل المُـصلين يـسمعون الخُطبـة فـى رضـا انتظـارا لإعلان اسم الكتاب أو اسم البرنامج

- اعتقد أن اسوء الخصال على الإطلاق هو البُخـل ، فالبُخـل يجلـب معـه الجُبن و الخيانة و سوء الخلق

- إذا وجدت كلمة إسلامى أو الإسلامية فى أى مشروع تجارى ، فاهرب يا ولدى...اهرب ولا تنظر خلفك

- معلومات بعضهم عن شهر رمضان هـو أن النـاس تـصوم فيـه ، النـاس وليس هم !!

- تظـل فرحـة دعـوة أن يـدعوك أحـد المـصلين فـى الـصف الأول لتقـف بجواره لها مذاقها الخاص

- لو كان لى أن أذكر أهم نعم الله سبحانه وتعالى لقُلت انها بالترتيب : نِعمة الإسلام يليها نِعمة الرضا يليها نِعمة الصحة

- لا تثق فى الرجل الذى (يصر) على ارتداء الجلباب أثناء توجهه لصلاة الجمعة خصيصا

- كما قال احد أئمة الصوفية فإنه لا يُخرج الشهوة من القلب الا خوف مُزعج أو شَوق مُقلق

- المتحدث الرسمى الوحيد بإسم الإسلام هو الرسول عليه الصلاة و السلام...اما من هم دونه فمُجتهدون على أقصى تقدير .



خـــــــواطـــر اقتصـــاديــة

- اشـك أن مـصر تُعـانى مـن أزمـة اقتـصادية رهيبـة كمـا يُـصورها رجـال الاقتصاد ، والا فإن هذه أول أزمة اقتصادية فى العالم تستمر عدة عقـود بدون إعلان افلاس

- كان يعتقد أن الفقراء فقـراء لأنهـم لا يجيـدون إدارة مـواردهم ، ثـم فـى نهاية الحِوار أخذ يشكو لى من ارتفاع أقساط الشقة التى اشتراها مؤخرا

- غالبا ما تتخلص من مرضك (البسيط) بدون أن تُنهى علبة الدواء كـاملا امـا فــى الأمــراض (الــصعبة) فينتهــى الــدواء قبــل أن تــشعر بــأى تحسن...اعتقد أنه يمكن حل هذه المشكلة نسبيا بوضع كميات أكبر مـن الدواء الغالى بتقليل كمية الدواء الرخيص الذى غالبا ما تنتهـى صـلاحيته دون استخدامه

- فى ظل ارتفاع أسـعار الـشقق بتلـك الطريقـة الهيـسترية ، لا اسـتبعد عندما تذهب لشراء شقة بعد عدة سنوات أن يخبـرك المقـاول مُبتـسما : حضرتك ممكن تسيب 10 مليون جنيه ربط كلام والباقى على سنتين !!

- تقـول الأسـطورة أن مـن يطلـب أغلـى مـشروب أثنـاء الجلـوس علـى القهوة يجب أن يَتقدم هو لدفع الحساب

- نصيحة أخويـة : لا تتعامـل مـع البنـوك التـى إذا وضـعت كـارت الإئتمـان الخاص بك فى ماكينات الصرف الآلى لديها تُخرج لك النقود قبل الكارت ، فبمجـرد رؤيتـك للنقـود سَتنـسى الكـارت تمامـا...وعلـى رأسـهم بنـك القاهرة

- كقاعدة عامة صُممت الميزانية خصيصا كى تعرف كم سَتنفق ، الا فى المصالح الحكومية فالميزانية موجودة كى تتخطاها ليُعطوك أكثر السنة القادمة !!

- كان شَرها فى جمع المال وعندما سألته عن السبب سألنى : إذا دخلت معركة هل تَصطحب معك الأخيار ام الأشرار ؟ أجبت : بالطبع الأشرار..فرد ببساطة : حسنا ، انا أصطحب معى فى معركة الحياة أصل الشرور نفسه !!

- هناك مقولة تقول أنه لا أحد ينام بدون عشاء فى مصر ، نعم هذه مقولة صحيحة ولكن عند بعض الناس تكون وجبة العشاء هى الوجبة الوحيدة التى يتناولوها طوال اليوم

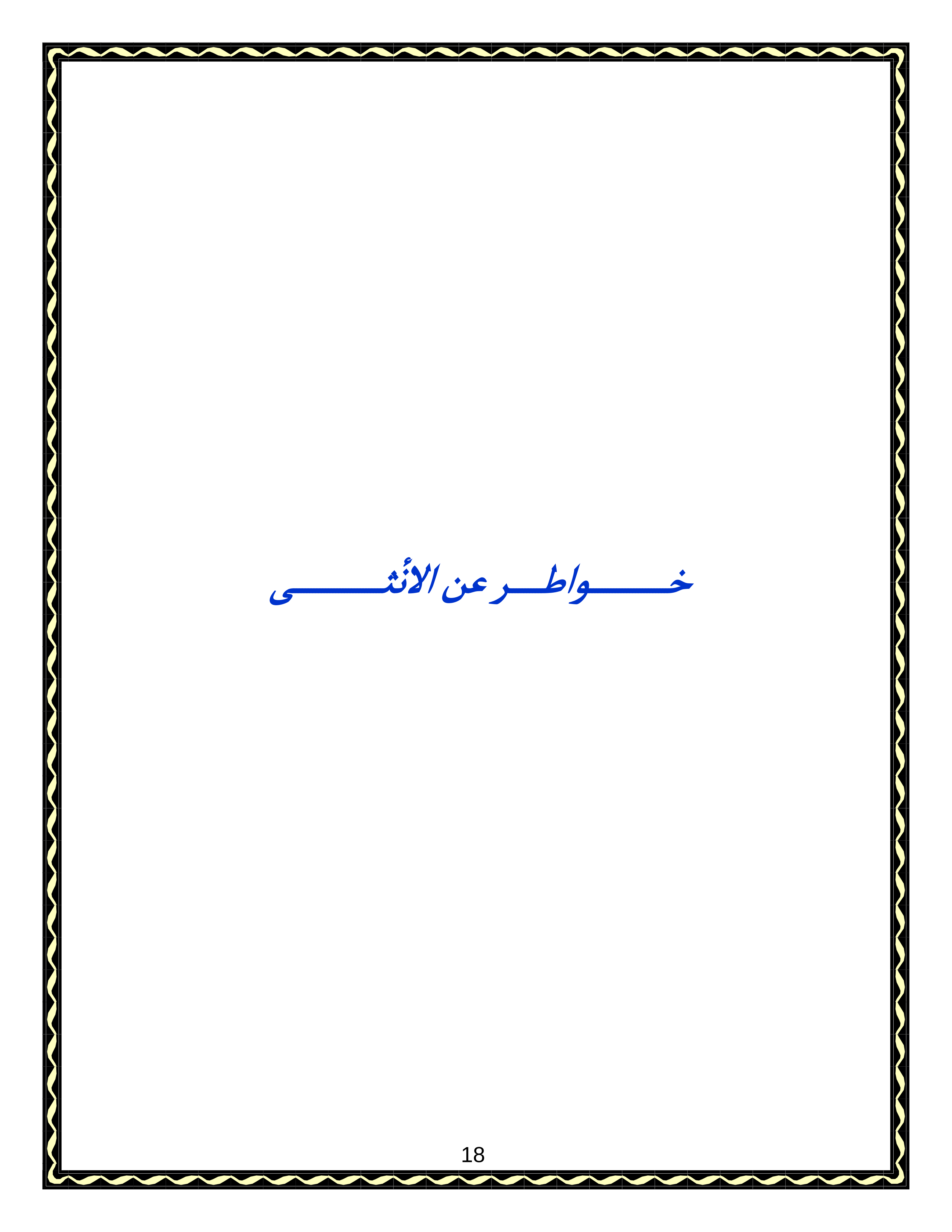
- تحية واجبة لكل شاب وفتاة لا يصران على شراء ملابس جديدة فى الأعياد

- من يتحدثون عن عدم أهمية المال هم الذين يمتلكونه ، مثلهم مثل من يجلس فى الغربة السنة تلو الاخرى ثم يُحدثك عن النِعمة التى تعيش فيها فى مصر...لا تصدقهم

- اسوء ما يمكن أن تقابله فى عالم البيزنس هو فلاح يظن نفسه أذكى من الجميع أو صعيدى مُتشبث برأيه أو امرأة تصر على لعب دور المعلمة فضة

- مُرتادى المُـولات فـى الـصباح أكثـر رُقيـا مـن مُرتاديـه مـساءا فمُرتـادى المساء يعاملون المُول كمـا يعـاملون الـسينما..كفُـسحة ، بينمـا مُرتـادى الصباح فيعاملونه معاملة السوق تماما..لا أكثر

- رغم شهرته فإن اسوء أنواع البُن هو البُن البرازيلى وأفـضلها هـو الـبُن اليمنى...قاعدة يعرفها كل عُشاق البن ولكنهم لا يُخبرون بها أحد .



خـــــواطـــر عن الأنثـــــــى

- من يتحدثون عن تعقيد نَفسية المرأة...ربما لم يقابلوا رجل بعد

- تَفشل المرأة (دائما) عندما تكتب فى الهروب من فخ الكتابة عن الرجل بينما يفشل الرجل (احيانا) فى الهرب من الكتابة عن عِلاقته بالجِنس

- البنت فى مصر غالبا لا تبحث عمن تتزوجه ولكنها تبحث عن من يتزوجها

- لقد خسرت المرأة المصرية كثيرا من حقوقها على مر السنوات الماضية ولكن أهم ما خسرته هو تنازلها عن كونها "إمرأة"

- الفتاة السمراء اما تجدها فى جمال بيونسيه أو زوجة البواب...لا وسط بينهما

- لو كانت هناك فتاة سمراء جميلة فلن يُقدر جمالها الا شخص من طراز خاص جدا

- كقاعدة عامة : كل فتاة بيضاء هى فتاة جميلة ولكن ليس بالضرورة كل فتاة جميلة تكون بيضاء

- كما أن المرأة لا تستطيع أن تعيش بلا صديقة فالرجل ايضا لا يستطيع أن يعيش بدون صديقة

- الكتب مثل المرأة...فهناك كتب تُنفرك وكتب تجد عناوينها جميلة بلا محتوى وكتب اخرى تتمنى الولوج داخلها

- الأهم من غطاء السرير هو من تجلس فوق السرير

- لم يرد أن يسألها عن ماضيها بعد الارتباط بها خوفا من أن تكون احدى من عَبث معهن ونَسيها

- قال لى فى لحظة تجلى : لو بس الستات و البنات عندنا كان لونهم أبيض كانت نسبة العنوسة هتقل كتير ، قلت له : عندك حق بس الخيانة الزوجية كانت هتبقى أكثر بكثير

- رأيتها قبل أن ترتبط فتسائلت هل هذه نشوى ام أختها ؟ ثم رأيتها بعد خمس سنوات من زواجها فتسائلت هل هذه نشوى ام أمها ؟!

- شُكر خاص للسيدة المجهولة التى بعد سنوات من الوقوف فى المطبخ أعطتنا تلك الحقيقة العلمية المُدهشة بأن وضع السكين أعلى الطعام يمنع مرور الصراصير عليه

- أَقسم بمُجرد جلوسه فى الأوتوبيس أن لو جاءت سيدة عجوز مُصابة بشلل أطفال حامل فى شهرها الأخير فلن يقف لها ، جاءت بنت جميلة وقفت بجواره فقام لها شاعرا بالرضا عن نفسه

- عندما رأيتها أشفقت على من يضطر لمُعاشرتها فى الفراش ليلا

- كقاعدة عامة معظم من يَحملن اسم دينا أو نهلة يكن سخيفات ومن يَحملن اسامى من نوعية ماهى وماهينور و نرمين و ماشابه يكن مغرورات

- لا يوجد شىء اسمه مقاييــس الجمال والا لماذا الفلاحة المـصرية ذات الشعر الأصفر و العيـــون الخضــراء و البشرة البيضاء غير جميلة ؟!

- كقاعدة عامة كلما ارتفعت فى المستـوى الاجتماعى ستجد الجمـيلات و كلما انخفضت كان الله فى عونك

- اكثر فاكهة بها أنواع هى التفاح لدرجة أن العلماء يقولون أنك لـو قـررت أن تتذوق كـل يـوم نـوع واحـد مـن التفـاح فـستحتاج لعـشرون عامـا مـن عمرك ، ربما لهذا نُشبه النساء بالتفـاح...فكـل امـرأة لهـا مـذاقها الخـاص جدا

- عزيزتى البنت العادية والمتوسطة الجمال...يمكنك أن تصبحى سـاحرة الجمال فقط إذا كُنتى صاحبة موهبة

- إذا وجدتى يا عزيزتى المُتزوجة أن زوجك قـد غيـر احـدى طباعـه فجـأة بـدون مقـدمات ، مثـل أن يُـصبح كريمـا أو أقـل عـصبية أو حتـى أذكـى واعتقدتى أنكى السبب...فكرى مرة أخرى

- على كل فتاة أن تحمد الله أن إسم والدها لـيس شـنب أو أبـو شـنب أو حتى حلاوة والا كان سيصبح إسمها.....؟!!

- ليس كل المُجاملات التى تصلُح للرجال تصلُح للنساء واقرب مثال على ذلك هو جرب أن تقول لرجل " أنت تبدو أكبر من سِنك بكثيـر " ثـم أعـدها على امرأة

- بعد سنة أو سنتين على الأكثر من الزواج يعرف الزوج كل شىء عن زوجته ، بينما تُفاجىء هى كل يوم بشىء جديد لم تكن تَعرفه...ربما لهذا تَكتشف الزوجة عند وفاته امرأة اخرى تُشاركها الميراث

- إذا كانت النساء بهذا الدهاء الذى يُخبرك به الجميع ، فلماذا لا تستغل أجهزة المخابرات هذا الذكاء الخارق ليستفِدن منه؟!

- إذا سمعت زوجتك تُخبرك أن لديها فكرة ، ففر من أمامها يا ولدى كما تفر الفريسة من صيادها

- مهما حاولت أن تُقنع الجميع أن دهاء الرجل أشد من دهاء النساء بوصف القرآن نفسه فلن يَقتنع احد ، لا عن جهل ولكن عن عناد

- إذا وجدت شخصا يغضب بسرعة ويَرضى بسرعة فيُمكنك أن تتخذه صديقا ، اما المرأة بتلك الصفات فلا تُحبها ولا تُصاحبها أو حتى تقترب منها ابدا.

- تظل المرأة كالمضخة اليابانية فى الثرثرة حتى تتأكد من أن زوجها يخونها فتتوقف عن الكلام وتظل تنظر إليه فى صمت بالساعات

- تستطيع أن تُحدد بدقة ما إذا كان الشخص فى المطبخ المقابل لشقتك رجل او أنثى من أصوات الاكواب و الاطباق فالأنثى بطبيعتها لا تملك خاصية تحديد المسافات لذا فكما تركن سيارتها فى ساعة على بعد مترين من الرصيف فإنها ايضا تقوم بوضع الأطباق و الأكواب بعنف على رخام المطبخ !!

- الأحمـق فقـط هـو الـذى يُعطـى شـريحة تليفونـه القديمـة التـى لا يستخدمها لزوجته

- فى الخارج لو قُلت لفتاة أنها جميلة فـسوف تبتـسم وتـشكرك اما هنـا فسوف تنظر إليك بإحتقار وربما شَتمتك ايضا

- عندما ترى رجل يأخذ رشـوة فإنـك تـصاب بالـضيق و الحـزن اما عنـدما تـرى امـرأة تقـوم بـنفس الفعـل فإنـك تُـصاب بالغَثيـان ، ربمـا يرجـع هـذا لإحتفاظك بصورة الأنثى النقية المُتمثلة فى والدتك أو أختك .

- فتاة أحلامك هى الفتاة التى إذا ذُكرت كلمة امرأة ، جاءت صـورتها فـى عقلك .

- من طبيعة الحياة الزوجية أنه كلمـا غرقـت الزوجـة فـى التفاصـيل أثنـاء الحوار غرق الرجل فى الشرود

- مـن طبيعـة الحـوار بـين الرجـل و الأنثـى أنـه كلمـا غرقـت الأنثـى فـى التفاصيل أثناء الحوار غرق الرجل فى التركيز فى تفاصيل وجهها

- لا يوجد ما يسمى بـالعطور الرجـالى و الحريمـى ، فهنـاك افتـراض أن الأنثى تنجذب لرائحة الذكر القوية ولكـن لـو وضـع الرجـل عطـر حريمـى فالمُفترض أن تَنجذب الأنثى ايضا له بحُكم انـه يـضع رائحـة تحبهـا هـى بدليل أنها تَستخدمها...أليس كذلك ؟!

- تمتاز معظم النساء فى مصر بالتَكشيرة و المَشية البطيئة ، فهناك مـن أقنعهن أن التكشيرة دليـل علـى أنهـا فتـاة صـعبة المَنـال بينمـا المَـشية البطيئــة دليــل علــى الوقــار حتــى وإن كانــت هنــاك ســيارة مُــسرعة قادمة...الوقار أهم !!

- هناك اعتقاد خاطىء عند الزوجة بأنها إذا أرادت أن تُصالح زوجهـا تقـوم بتقبيله...أرجوكى لا تفعلى كى لا تَزيدى من غضبه



خـــــواطـــر فنيـــــــة

- ربما أكون مُتشككا قليلا ولكنى لاحظت أن كل ممثل يشترك مـع أحمـد السقا فى فيلم ، يُعجب الناس بأدائه وينسون أحمد السقا تمامـا...تـذكر فيلم مافيا وتيتو وإبراهيم الأبيض

- تهمة إفساد الذوق العام المُوجهة للكاتـب أو المخـرج أو حتـى المُمثـل معناها أنك تقدم شىء مُبتذل وسط أشياء كثيـرة جيـدة لـذا فـالجمهور لا يُقبل علـى تلـك الأشـياء الـسيئة وينتقـدها ، ولكـن مـا يحـدث مـن إقبـال الجمهور على تلك الأعمال السيئة فهـذا معنـاه اننـا نعـيش عـصر تـدهور الذوق العام وليس إفساد الذوق العام

- حدِثنى عن أزمات الانتاج و تدخل المُمثلين فى الإخـراج ونظريـة الـنجم الواحد ولكن تظل مُشكلة السينما الرئيسية هى عدم وجود نص جيد

- بعض المطربات اللاتى يُغنـين عـن هَجـر الحبيـب فتـسيل دموعـك ، لـو رأيـــتهن فـــى الحقيقـــة بـــدون مكيـــاج أو ســـمعت عـــن حيـــاتهن الشخصية...لقلت : ده حلال اللى بيِحصل فيكى !!

- اختـار النقـاد فـيلم الزوجـة الثانيـة كأفـضل فـيلم فـى تـاريخ الـسينما المصرية ، لكـن لمـاذا لـيس فـيلم الارض أو فـيلم دعـاء الكـروان أو حتـى الناصر صلاح الدين..هذه أسئلة لن تجد إجابة عليها ابدا

- المطرب الإماراتى الجميل حسين الجسمى غنى ثلاث أغانى عن مصر فتم مَنحه الجنسية المصرية ، ومحمد خـان كـان لابـد لـه أن يعمـل لأكثـر من عشرين عاما ويُخرج أكثر من فيلم مُعظمها خالد فى ذاكرتنا كـى يـتم مَنحه الجنسية المصرية...أرزاق

- اعتقد أن أفلام الويسترن هـى أفـضل نوعيـة أفـلام لأنهـا تحتـوى علـى الأكـشن و الرومانـسية وتتحـدث عـن عـصر الرجـال كمـا أن النـساء فيهـا يَتمتعن بغموض مُحبب

- فى مشاهد اصطدام الـسيارات فـى الأفـلام يـصر المخـرجين علـى أن تطير السيارة فى الهواء برغم أن هـذا لا يحـدث فـى الواقـع والمُخـرجين يعرفون ذلك لكنهم يعتقدون أن مشهد طيران السيارة هـو مـشهد جميـل لذا لن يغيروه ابدا

- فكرة معظم الممثلين عن ضابط الـشرطة أنـه عبـارة عـن شـنب اسـود وسيجارة مع الكثير من العَصبية...فقط لاغير

- مهما قلت عـن المطـرب حكـيم وأغانيـه الـشعبية ورداءة أفلامـه الا انـه يظل صاحب الصيحة الفنية الخالدة : سقفووووووله

- لا داعـى للخجـل...فمـن المؤكـد أن هنـاك بعـض أغـانى المهرجانـات الشَعبية التى أُعجبت بها وتُشغلها عنـدما تكـون وحـدك فـى سـيارتك أو منزلك..لا بأس يا صديقى...كلنا هذا الرجل

- اذا لم تَفهم الفن السريالى فلا تَحـزن يـا صـديقى ، فهـذا لأنـك شـخص صريح تُسمى الأشياء بمُسمياتها...الفن فن و النصب نصب

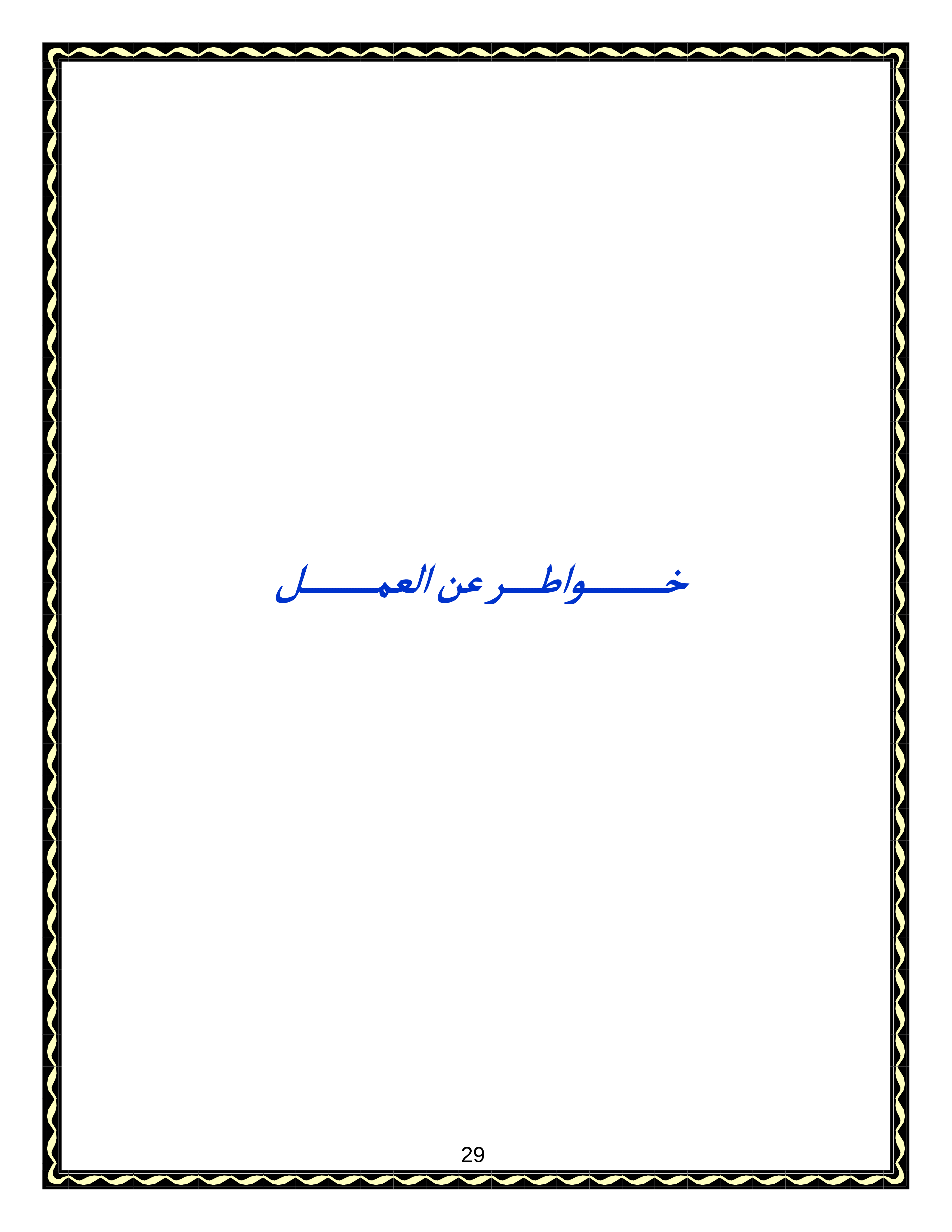
- كم من مُطربات ضللن طريق الرقص واتجهن للغنـاء وكـم مـن راقـصات ضللن طريق الرقص أيضا

- إذا استطعت أن تجد الموسيقى التصويرية المُلائمة فيمكنـك أن تـشعر بجمال كل شىء

- اعتقد انه يجب أن تحتوى ذاكرة كل شخص على بعض الجُمل الخالدة من أفلام السينما ، وشخصيا لا يمكنني أن احصر أفضل الجُمل التى سمعتها فى الأفلام الأجنبية ولكن جملة اندى دوفرين فى فيلم " وداعا شاوشنك " تظل الأفضل عندما ترك ورقة لمدير السجن قبل أن يهرب داخل الكتاب المقدس قائلا " عزيزى مدير السجن...لقد كنت على حق ، الخلاص موجود بالداخل "

- اعتقد أن سبب انتحار المشاهير من الفنانين هو عدم استطاعتهم التعامل مع النجاح الزائد أو الفشل الزائد مثلما فعل هيث ليدجر و ويتنى هيوستن فى الحالة الأولى و روبين ويليامز فى الحالة الثانية .

- يريدون أن يُقنعونا فى الأفلام المصرية أنك تستطيع أن تكون شرير بمجرد أن يظلمك أحد فتضيق عينيك وأنت تنظر للجميع بغض النظر عن من هم أكثر شرا منك الذين لن يسمحوا لك بمنافستهم أصلا .



خـــــواطـــر عن العمـــــــل

- من يُؤمن بمقولة " حِب ما تعمل حتى تعمل ما تُحب " غالبا ما ينتهى به الحال لعدم حُب ما يعمل..اعتقد أن الأفضل أن تكون " حِب ما تعمل ولا تنسى أن تعمل ما تُحب "

- معروف علميا أنه كلما زاد العدد قَلت التكلفة وهذه القاعدة صحيحة مائة بالمائة ماعدا اثناء مُساهمتك فى إفطار جماعى ، فستجد نفسك تدفع أكثر مما تدفعه عندما تفطر وحدك !!

- بيل جيتس يقول " كلما واجهتنى مُشكلة مُعقدة أعطيتها لأكسل موظف عندى ، لأنه سيجد أقصر وأسهل الطرق لحلها " ، اعتقد انه قال هذه الجملة بعد لِقائه بأحد الموظفين المصريين فى شركته

- أن تكون خطيرا وسط مجموعة من العاديين فهذا يجعلك سعيدا ولكن المُتعة الحقيقية تكمن فى أن تكون مُتميزا وسط مجموعة من المُتميزين

- يمكنك أن تخبرنى أنك أردت فى صِغرك أن تكون مهندسا أو طبيبا أو حتى ضابط شرطة ولكنى أعلم جيدا أن هاجس العمل كضابط مخابرات ظل يُرافقك فترة طويلة من عمرك خصوصا عندما فشلت فى أن تصبح ما تُريده

- كقاعدة عامة أعلى الوظائف شأنا فى الدول المُتخلفة هى وظائف عادية فى الدول المُتقدمة و العكس بالعكس صحيح...قارن بين حال الضابط و المحامى و المُحاسب بين تلك الدول وستفهم ما أعنيه

- قال لى والدى قبل أن أَتسلم عملى الجديد : أهم حاجة فى المدير إنه لا يكون طيب ولا حرامى ؟!!

- فى جَلسة صراحة غير عادية عرفت كم أن مُرتبى ضئيل عندما أخذ كل صـــديق يُخبرنـــا كـــم يَقـــبض فيقـــول الآخـــرين تعليقـــات مثـــل كويس...حلوين...ماشية معاك..الا أنـى عنـدما أخبـرتهم برقمـى ضـحكوا جميعا ثم سألنى أحدهم : لا بجد ، بتقبض كام ؟

- تكفى دورة تدريبيـة لـضباط مباحـث الأمـوال العامـة ومكافحـة الفـساد الأمريكيون داخل أى مصلحة حكومية مصرية كى ينسوا كل ما تعلموه

- إذا كانت الحياة تبدأ بعد الستين كما يقولون فلماذا يقولون خرج (علـى المعاش) وليس (إلى المعاش) ؟!

- اتهمه الموظفون بالفساد لأنه قام بصرف ميزانيـة ضـخمة علـى تَجديـد مكتبه ، فرد عليهم : لو كنت تَملك شقة فأى الأماكن تحرص على أناقتها أكثر ، ألـيس الـصالون ؟...مكتبـى هـذا مثـل الـصالون...ترحمـت سـاعتها على صاحب الحكمة القديمة القائلـة : إن المـرأة تُعـرف (نظافتهـا) مـن نظافة الحمام و المطبخ ، الحمام و المطبخ وليس الصالون !!

- يقولون أن الوظيفة الحكومية تَضمن لـك الاسـتقرار ، أعتقـد أن الكلمـة الأصح هى الركود وليس الاستقرار

- اصنع عمل عظيم واحد وأنا أضمن لك أن تعيش على ذكراه للأبد

- أطلق المدير شائعة انه ينوى أن يتعشـى بـالموظفين فقـرر المـوظفين أن يتغـذوا بـه فتحقـق هدفـه وأعطـوه الأمـان حتـى ميعـاد الغـذاء ففطـر عليهم

- يجب أن يكون هناك تفسير منطقى لوجود النبات (المُتسلق) فى مكتب كل (موظف حكومى)

- هناك عِقاب غريب داخل المصالح الحكومية وهو إذا غَضب مدير على موظف فإنه يسحب من يديه الشغل ويجعله بلا عمل ، أكرر المفترض أن هذا عقاب وليس مُحاباة أو حُبا فيه !!

- إذا لم تستطع أن تدخل الكلية الحربية بعضلاتك أو واسطتك ، فيمكنك أن تدخُلها بعقلك إذا التحقت بكلية الآداب قسم آداب عبرى أو روسى ، فهما البوابة الخلفية المضمونة للعمل كضابط فى القوات المسلحة

- إذا أردت دافع لكى تقوم بعمل تُحبه أو تُريده ولكن الكسل أو ضعف الإرادة يمنعاك ، فتخيل نفسك جالسا مع أولادك بعد عشرون عاما وأنت تستعرض لهم ماذا فعلت وستبدأ على الفور

- من أكثر الجمل التى تُضحكنى "المصريين بيعضوا فى بعض فى الغُربة " ، قال يعنى فى مصر بيطبطبوا على بعض !!

- لعل أقوى دافعين فى الحياة هم الخوف و الكراهية ، لذا فمن لا يخاف شيئا فى الحياة او لا يكره شيئا حقا فلن يُحرز أى تقدم فى الحياة

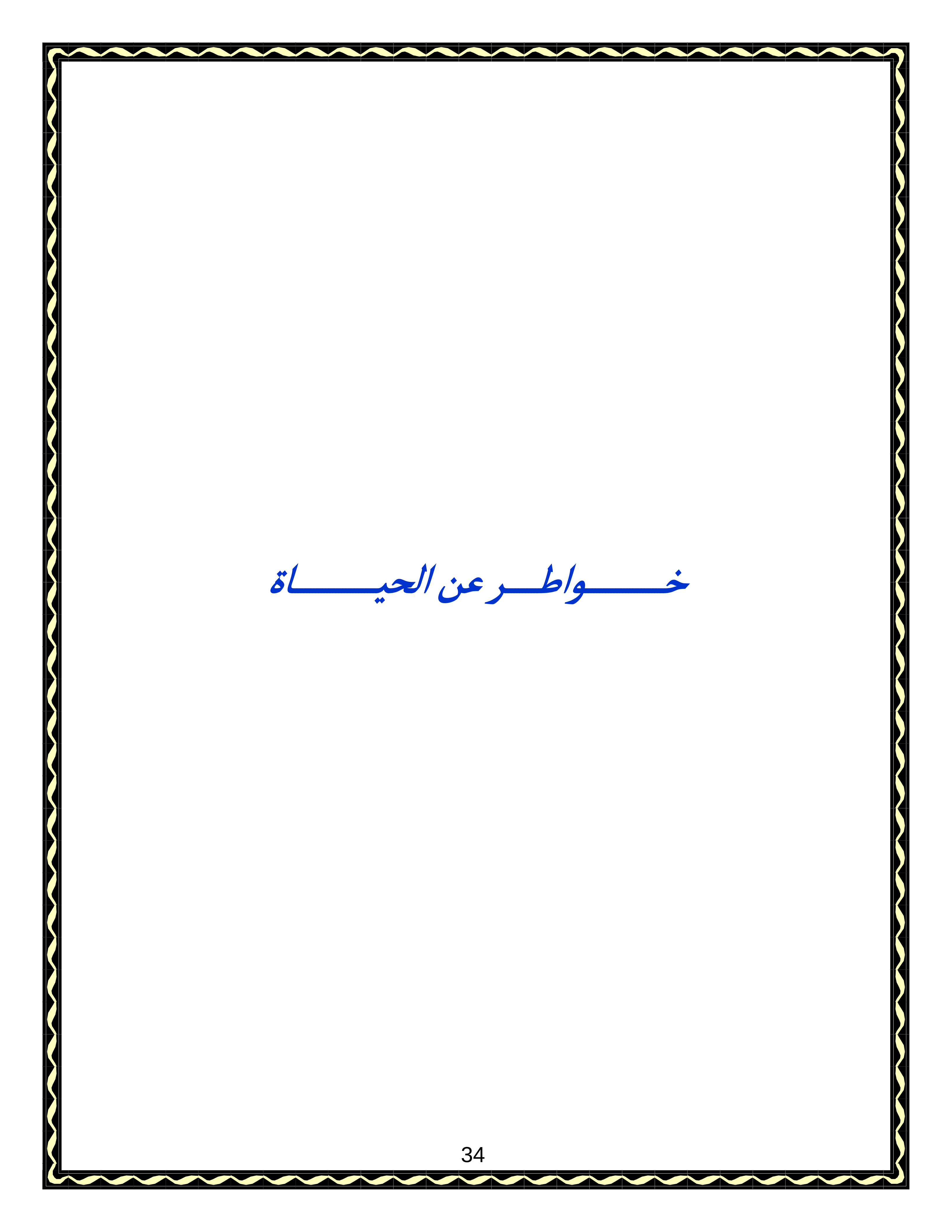
- يجب أن يكون هناك تفسير علمى غامض وراء تعطل سيارات العمل اثناء العودة وليس الذهاب

- كلما ازدادت قسوتك زادت فُرص تَرقيك و اعتماد المديرين عليك حتى وإن كرهوك من داخلهم

- " الصديق الوفى هو الذى يطعننى من الامـام "...جملـة قالهـا اوسـكار وايلد ، لو فهمتها يا صديقى فلن تغضب من أى زميل لك فى العمل .

- " الشعـوب مثل المرأة ، تحب الـرجـل القـوى "... ونستـون تشـرشـل ، " الحُكـم لمـن غلـب "....قطـز ، اعتقـد أن تلـك الجُملتـين تُلخـصان كيفيـة الوصول للحكم فى أى مكان سواء كان شركة او مؤسسة او حتى دولة

- فى مجتمع العمل الـسىء امـا أن تنـضم لمجموعـة القـروش الخطيـرة التى تُرهب الجميع ولكن إن سَـقطت فـستبدأ هـى فـى أكلـك ، وامـا أن تنضم لمجموعة من الذئاب الأقـل خطـورة ولكـن يجـب أن تتحـرك جميعـا كوحدة واحدة .



خــــــواطـــر عن الحيـــــــاة

- فى صغرنا كنا نسمع اغنية تقول كلماتها : انا لما بأحب اتسلى ، ما احبش أازأز لب...أنا عندى اقرأ مجلة أو أرسم زى ما أحب...عندما كنت أسمعها كنت اتساءل عن علاقة اللب بالتسلية ، من الطبيعى عندما يريد أن يتسلى شخص ما أن يشاهد التليفزيون أو يذهب للفُسحة ؟!!

- اعتقد اننا بحاجة لتغيير يافطات الطرق لتكون اكثر واقعية فمثلا بدلا من " مطب بعد 300 متر " ، يمكننا مثلا أن نكتب " بَلطجية بعد 300 متر "

- من كثرة اعلانات المُدن و القُرى السياحية الجديدة التى تحتوى على ملاعب جُولف ، بدأت أصدق فعلا أن الجُولف رياضة جميلة ، بل وتبقى لها سنوات قليلة لتصبح الرياضة الشَعبية الأولى فى مصر

- هناك مَطبات صناعية فى الشوارع تجعلك تعتقد أن مصر تحولت لساحة حرب تسير فيها دبابات ومُدرعات بسرعة جنونية تحتاج لمن يُبطىء سُرعتها

- كانت الحركة المرورية مُمتازة فى الفترة التى اختفت فيها الشُرطة تماما لعدة اشهر بعد الثورة ثم عادت لطبيعتها مع عودة الشُرطة

- اعتقد أن صحة الحيوان العُضوية والنَفسية افضل بكثير من الانسان لأننا لم نسمع عن حيوان أُصيب بالمرارة أو بإنفِصام فى الشخصية

- شعار " لاتَنشغل بغير الطريق " اطلقته إدارة المُرور ويبدو أنهم يقصدون تطبيق الشعار حرفيا لأن المطبات و الحُفر والبالوعات المَفتوحة تَجعلك لا تَنشغل بغير الطريق فعلا

- كقاعدة عامة من يَحمل اسم " على " غالبا اما أكبر اخوته أو صاحب كِلمة مَسموعة وسط أقرانه ومن تَحمل اسم " غادة " أو " وفاء " غالبا ما تكون سمراء البشرة

- اعتقد أن من أهم الشُروط لتُصبح انسانا هو أن تَحمل لمحة رومانسية و تكون صاحب هدف

- كانا مُتشابهين فى كل شىء لذا لم يدم زواجهما كثيرا

- أنا لست خنزيرا...وبالطبع لست صِرصارا...ومن المؤكد أنى لست حشرة...انا فقط أحاول أن أكون انسانا

- تسمع الأغانى الوطنية فتشعر أننا نستطيع السير فى شوارع سويسرا من الغد لو أردنا ثم تنزل الشارع فتَحسد مُواطنى كينيا على وطنهم

- كقاعدة عامة كلما وجدت دولة ذات درجة حرارة مُنخفضة أو كانت فى الشمال فهى مُتقدمة

- لكى تعيش فى مصر فيجب أن تكون اما مُتدينا جدا أو غَنيا جدا

- يقول تولستوى " كل شىء مُباح فى الحُب و الحرب " واعتقد انها جملة صحيحة بدرجة كبيرة

- سألنى صديقى عن السيارة التى من المُمكن أن اشتريها فأخبرته انها تتنوع بين المينى كوبر و الجيب و البى إم دبليو ثم اتجهت لتسخين سيارتى اللادا...فأنا رجل واقعى جدا

- امتلك فِكرة لا بأس بها لوكيـل شـركة جيـب شـيروكى للـسيارات فـى مصر ، حيث يُمكنه بعد عرض الإعلان عـن امكـانيـات الـسيـارة أن يقـول فى نهايتـه " صُممت خصيصا للشوارع المصرية "

- لا يكفى أن تكون مُقتنعا بنظريـة معينـة فـى التَربيـة ، الأهـم أن يَقتنـع ابناؤك بها

- عندما كنت صغير السن كنت أجد العـشرات مـن الـشباب يَبيتـون أمـام سفارة فرنسا وإيطاليا فأتـساءل : لمـاذا الـسفر ؟ وعنـدما كبـرت أخـذت أسأل : كيف السفر ؟!

- الـسيارات الحديثـة تَـسير بجـوار بعـضها كـالمُتزوجين ، دائمـا هنـاك مسافة بينهما

- تشترك فى نادى تَعرف انك لن تَـذهب اليـه الا قلـيلا...تـشترى شـاليه فى الساحل الـشمالى تَعلـم انـك لـن تَـذهب إليـه الا نـادرا...أعتقـد اننـا جميعا نَفعل ذلك بصورة أو بأخرى بسبب بَحثنا عن سعادة مفقودة

- (العائلة اللى مفيهاش واحد صـايع ، حقهـا ضـايع)...هـذا هـو الـشعار الواقعى للمرحلة

- اعتقد انه كلما شـاهد زوج مـصرى مُمثلـة أجنبيـة جميلـة فـإن أول مـا يقوله لنفسه هو : لو تزوجـت مـن امـرأة بمثـل هـذا الجمـال فلـن أخـون زوجتى ابدا...أحمق

- الأفضل من الحصول على الجائزة هو انتظارها ، لذلك العُزوبيـة أفـضل من الزواج

- غنت سعاد حسنى عن الواد التقيل الشَبيه بجراح بريطانى أو أمين شُرطة فى هدوء أعصابه ، اعتقد انها لو صَدرت طبعة جديدة من الأغنية هذه الأيام فستشبُهه بشىء أكثر واقعية مثل سائق الترام أثناء فترة الظَهيرة أو مُوظف حُكومى .

- النسكافيه و الكابتشينو و الكوفى ميكس هم أبناء غير شَرعيين للقهوة ، لذا لم يتم الاعتراف بهم ابدا

- ما أنقى الأطفال ، فعندما ينظرون إليك فإنهم ينظرون فقط إلى عينيك ولا يُحدقون لشَفتيك الغليظة أو أنفك الطويل او أسنانك الغير مُتساوية

- كقاعدة عامة إذا لم (يقرف) الزوجين من بعضهما البعض ، مثل أن يشرب أحدهما من زجاجة الآخر او يأكل بمعلقة شريكه فغالبا هذا دليل على الحُب

- أتحدى أن تَجد شيئا فى الدنيا لا يقدر الصبر على هزيمته

- هناك أماكن فى (مصر) تُصيبك بإكتئاب ، على رأسهم (مصر)

- قبل أن تحمل السِلاح ليُدافع عنك ضد الأخرين ، يجب أن تبدأ بِتعلم كيفية حماية السلاح من الوقوع فى أيدى الأخرين

- خُرافة أن لدينا ثلث أثار العالم وأن الطفل المصرى هو أذكى طفل فى العالم ستظل موجودة للأبد اعتمادا على أن نفى مثل تلك الخرافات أصعب بكثير من إثباتها

- هناك رجلان فقط يتمنى كل شخص أن يكونا أحسن منه...ابنه وزوج ابنته

- يعتقـد الكثيـر مـن النـاس أن الطـرق مُمتلئـة بالمطبـات و الحُفـر و البالوعـات المَفتوحـة بـسبب الإهمـال و الفـساد و غيرهـا مـن الأسـباب المعروفة ، لكنى أعتقد أن السبب الخفـى هـو أن الحكومـة لا تُريـدك أن تَنزل الشارع أصلا

- نصيحة أخوية...هناك ثلاث ميم يجب أن تتأكـد مـنهن عنـدما تغـادر مـن مكان لآخر هم : موبايل – مفاتيح – Money

- من أذكـى عاداتنـا الاجتماعيـة المـصرية هـى أنـك إذا أردت أن تَحـصل على كثير من المُشتريات المَنزلية و تُصبح مَحبوبا فى نفس الوقـت هـو أن تقوم بعزومة أقاربـك و أهلـك علـى الغـذاء ،وهـم بـالطبع لـن يَـدخلوا عليك بأيـدى فارغـة بـل مُحملـين بفواكـه و علـب الحلـوى كمـا أنهـم لـن يأكلوا كثيرا بحُكم الإحراج المُصطنع وبالتالى بعد انتهاء الزيارة سـتجد أن بقايا الطعام تكفيك ليـومين علـى الأقـل بجـوار مـا أحـضروه مـن أطعمـة والأهم أنك ستظهر بمظهر الشخص الكريم

- استغرب جدا ممن يـرى طِفلـه يـضع يـده فـى أنفـه ليُزيـل مـا بهـا مـن أوساخ فينهاه بعنف ، حسنا لما لا يُخبره فقط أن يَختنق فى صمت

- هنـاك خُرافـة تقـول أن الأجنبيـات يـأتين مـصر بـسبب عِـشقهن لقـوة الرجل المصرى...اللعنة على أوهام العظمة

- يعتقد المُحافظ فى مصر أن أهم وظائفه هو أن (يُحافظ) على مَنصبه

- عندما تواجه شخصا غير طبيعيا فمن الطبيعى الا تكون طبيعى

- إذا كُنت كَريما مع أهل زوجتك وأحسنت معاملتهم فيُمكنك أن تصبح شيطانا داخل وخارج بيتك بدون القلق من شكوى زوجتك لأهلها ، لأنهم سيسمعون منها ثم يقولون لها : لا أنتى بتبالغى ، الراجل ما شُفناش منه حاجة وحشة !!

- قبل الإرتباط يُخبرها عندما يراها مع شخص آخر أنا بأخاف عليكى جدا وفى فترة الخطوبة أنا بغير عليكى جدا وبعد الزواج : لا ، أنا واثق فيكى وبعد إنجاب أطفال : لا عادى ، خُدى راحتك

- من بين كل الحيوانات يظل صوت مُواء القطة الصغيرة هو مُحطم القلوب بلا منازع ، ربما لأنها تُذكرنا بأطفالنا الصِغار

- اعتقد أن اقرب الشعوب لنا طِباعا هو الشعب الأمريكى ، فالأمريكى طالما هو وحده تستطيع التعامل معه اما عند وضعه بالقرب من أى مصدر للهيصة فأول الهاربين من المكان هو الشيطان نفسه

- كيف تريد منى تصديق ثِقتك فى مَعرِفة مُستقبلك وأنت لا تعلم متى هى المرة القادمة التى سَتدخل فيها دورة المياه

- لا داعى للتكبر يا صديقى فأنفك و بقايا تفاحة فاسدة يستويان فى نظر الذُبابة

- لن أفهم ابدا وِجهة نَظر الشاب الذى يسير فى الشوارع فَخورا بعضلاته المَفتولة سواء كانت عن طريق التدريبات أو حبوب الأمينو..وكأنه يقول للجميع انظروا كم ضَيعت من وقتى فى سبيل الحصول على تلك المَنظرة الفارغة ؟!!

- أرفع القبعة احتراما لمن يتحاشى الشجار مع شخص يسير مع زوجته وابناؤه خصوصا إن كان قادرا على هزيمته

- اول سـؤال يـسأله الموظـف المـصرى لزميلـه فـى أيـام الانتخابـات الرئاسية و البرلمانية و استفتاء الدستور وما شابه لـيس مـن سَـتنتخب أو ماذا سيفعل الرئيس القادم ، بل هل سيُعطونا اجـازة ام لا ؟ هـذا هـو السؤال الأهم

- المولود لو شبه ابوه يبقـى الأم بتحـب الأب أكثـر مـن حـب الأب لـلأم و العكس بالعكس صحيح...قاعدة شعبية تُثبت صِحتها يوما بعد يوم

- لا تَخدعنك المظـاهر و الألقـاب يـا صـديقى ، فـإذا كـان الاسـد المُلقـب بملك الغابة هو أقوى الحيوانات فلماذا تُقاس المُوتورات بقوة الحُصان ؟

- " كلنا بِنغلط "....هذه الجملة طالما اضحكت الجراحين و العـاملين فـى إبطال القنابل و الحُراس الشَخصيين

- لا تُعطى أولادك قِطعة حلوى أو عصير لا تملـك منـه قطعـة اخـرى والا سَتكتشف مدى ضعف صرخة شمشون مُقارنة بصرخة طفلك !!

- يجب تغيير نظام الجوائز فى مصر ، فمثلا من يُكمل عشر سـنوات فـى الزواج يحصل على جائزة الدولة التشجيعية ، ومن يُكمـل عـشرون عامـا يحصل على جـائزة الدولـة التقديريـة امـا مـن يُكمـل ثلاثـون فيـتم منحـه وسام الشجاعة من الدرجة الأولى ويخضع لكـشف طبـى سـنوى علـى عقله مجانا مدى الحياة

- فى ظل الأزمات النفسية التى يعيشها الكثير من الناس خصوصا الشباب ، تظل نصيحة احمد خالد توفيق هى الأهم : علاج معظم المشكلات النفسية هو : لا تبقى عاطلا...لا تبقى وحيدا

- قبل أن تفكر فى الذهاب لإحدى العيادات النفسية يا صديقى ، دعنى أُخبرك بشىء ، قيمة اقل جلسة نفسية خمسون جنيها ، هل تعلم ما الذى تستطيع فِعله بذلك المبلغ ، يمكنك أن تشترى علبة شيكولاته جلاكسى كاملة بأقل من هذا المبلغ لتشعر وأنت تأكلها أو توزعها على أطفال فى دار أيتام وترى الفرحة فى عيونهم بأنه لا يوجد أى مشاكل فى العالم ، أو يمكنك أن تذهب مع أعز صديق لك لمشاهدة فيلم فى أشيك سينما لتَخرج منها مُحلقا فى السماء...يُمكنك أن تذهب لتحصل على عشاء فى احد المطاعم وتعود راضيا عن نفسك..هناك أشياء كثيرة يا صديقى يُمكنك فعلها بالخمسون جنيها بدلا من الجلوس امام شخص لن يَهتم بك اذا توقفت عن دفع الفيزيتا !!

- هناك علاقات يجب أن تُنهيها فورا برغم انها مازالت قائمة بعض الشىء ، ولكنها مثل الحذاء الذى فقدت احدى فَردتيه او الكيبورد التى لا يعمل فيها زر الـ ENTER ، فقط يجب أن تتخلص منها

- يمكننى أن أقول بمُنتهى الثقة أن الزى الرسمى الأن لمصر هو البنطلون الجينز و القميص الخارج عنه والكوتشى وللبنات البنطلون الجينز و البادى أو البلوزة والبالرينا

- كقاعدة عامة من يخاف من المُرتفعات يخاف ايضا من الأماكن المُغلقة

- من الأخطاء الكبيرة التى حَدثت فى هذا العالم هو توقف شركات الشيكولاته عن كِتابة الجُمل الجميلة داخل الشيكولاته

- ثانى أغبى الأشياء التى يمكن أن تَفعلها فى المساء بعد النوم مُتأخرا هو الحصول على عَشاء دسم

- عَشاء فى المساء يساوى جحيم فى الصباح

- هناك اعتقاد خاطىء عند الرجال المصريين بخصوص البنطلون الجينز فهم يعتقدون انه (عيب) ارتداؤه لمن تجاوز الأربعين من عمره

- إذا جاع المُسلم المُتشدد فى أمريكا أو دول الغرب عموما ووجد مَطعمين احدهما يهودى و الآخر مسيحى فإنه يتجه للمطعم اليهودى بلا تردد...حقيقة يعرفها كل من عاش فى الغرب فترة طويلة لكنه لا يُخبر بها أحد

- إلى كل من يفرح بالخبر السعيد دون تعقل فليتذكر قول السادات عندما أخبرته زوجته إبان حرب 1967 قائلة فى فرح : احنا وقعنالهم خمسين طيارة ، فرد فى هدوء : وهما وقعوا كام ؟!

- ربما أفضل ما قيل من كلمات لتوضيح مدى سخافة وغباء عمليات الانتحار هو ما قاله دكتور ريتشارد وينبر : الإنتحار حل دائم جدا لمشكلة مؤقتة جدا

- المُرعب فى الموت ليس أن من ماتوا (لم) يعودوا ولكن فى أنهم (لن) يعودوا !!

- البحار الآمنة لا تصنع ملاح جيد ، ربما لهذا يكون سائقى اللادا و الشاهين اكثر احترافية من سائقى الهيونداى و البى إم دبليو

- من يحاول الانتحار و يفشل يجب أن يُحاكم بتُهمتى الغباء بسبب التفكير فى الانتحار ، ثانيا الفشل فيه

- من المؤكد وجود تفسير باراسيكولوجى فرويدى عميق لتفسير سَيطرة مُفتش الترام ذو الجسم الضئيل على سائقى الميكروباص البلطجية بالاتجاه يمينا او يسارا ساعة الذروة

- قديما قال الأمريكان أن الهندى الطيب هو الهندى الذى مات ، أعتقد ان هذه الجملة تنطبق الأن على المواطن المصرى

- الحرب على الإرهاب...الحرب على الفساد...الحرب على الجهل...أتمنى أن نعلن الحرب على الحرب يوما ما

- انا متأكد من أن نِسبة الشِفاء فى المستشفيات صاحبة أجمل وأرق طاقم تمريض أعلى منها فى المستشفيات ذات معدل الجمال المحدود أو المعاملة السيئة

- إلى كل من يعتقد أنه لا يستطيع التوقف عن إدمان المطاعم السريعة ، زيارة واحدة لإحدى مزارعهم أو مطابخهم وستُصاب بفُقدان شَهية عام

- فى المناطق الشَعبية يُبالغ الناس فى الحديث فى المواضيع العامة تَجنبا للمواضيع الخاصة وذلك مَنعا للمشاكل و المُشاجرات

- كان يُلقى مُحاضرة عن الآثار السلبية للصوت العالى ، فانقطعت الكهرباء عن الميكروفون فاضطر للصراخ عاليا كى يسمعوه

- لتجعل لك أسبوعا مميزا مرة كل شهر أو كل ثلاثة اشهر ، فى أسبوع لا تأكل سوى الفواكه وأسبوع آخر لا تشاهد التليفزيون نهائيا...افعل هذا وأوعدك انك لن تندم

- يقولون أن الزواج الناجح يتم بين زوج أصم و زوجة عمياء...نظرية ناجحة لم تُطبق بعد

- أن تصل أنت مُتأخرا بعض الشىء خير من أن يصل خبر وصولك مبكرا

- تقول الأسطورة أن من يسير على قشرة موز يتزحلق ، وأنا لم أسمع عن شخص تزحلق من قشرة موز الا عادل إمام فى فيلم أمير الظلام

- كثرة ترديد الكذبة يجعلها حقيقة وأبسط مثال على ذلك هو كذبة أن الأرنب يحب الجزر ، مع أن العلم يقول أن الجزر يسبب للأرانب تسوس الأسنان و عُسر هضم ، ولكن السبب فى ذلك يعود لفيلم باجز بانى !!!

- سمعت عن محامين و مهندسين و محاسبين ، بل وحتى أخصائيين اجتماعيين حاملى شهادات الدكتوراة ، لكنى للأسف لم أسمع عن مُدرسين فى مَدرسة حاملى شهادات دكتوراة .

- يقولون أن ثانى أخطر وظيفة بعد الضابط هى وظيفة سائق التاكسى وهو بذلك يصبح متفوقا على رجل الإطفاء و رائد الفضاء والعاملين فى المفاعلات النووية ، لذا أرجوك كن صبورا معه قليلا

- لا يوجد ما يسمى بالصدفة وهذا ما صاغه الشاعر الفرنسى ألفونس دى لامارتين بقوله "عادة ما يُقابل المرء قدره على الطريق الذى قرر أن يتجنبه" .

الفهـــــرس